

各 位

2025 年 5 月 13 日
株式会社 山と溪谷社
<https://www.yamakei.co.jp/>

南アルプス・光小屋の管理人になった 32 歳、激動の 4 年間の記録

『私、山小屋はじめます』

5/19 発売！

インプレスグループで山岳・自然分野のメディア事業を手がける株式会社山と溪谷社(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:二宮宏文)は、『私、山小屋はじめます』を 5 月 19 日(月)に刊行します。

32 歳で一念発起、南アルプスの光小屋(てかりごや)の管理人となった女性・小宮山花が綴る、激動の 4 年間の記録。アウトドア WEB メディア「BRAVO MOUNTAIN」の人気連載、待望の書籍化！



本書から、内容の一部を抜き出してご紹介いたします。

「山小屋の管理人は、まだ募集してますか？ 女性でもできますか？」

2020 年 4 月。山小屋の管理人募集という情報をインターネット上で見かけた私は、思わず川根本町の役場に問い合わせの電話をかけていた。

そんなわけで、コロナ禍収束の気配がない 2021 年に、私は山小屋の管理をはじめることになった。これは技術も知識も、取り立てて言うほどの特技もない私が、山小屋で暮らし、働く日々の記録だ。

(「私、山小屋はじめます」より)

まあ、どこからスタートしても、光岳はとても遠い。登ってみると「テカリ、どんだけ遠いんだよ〜!」と、思わず突っ込みたくなるだろう。でも、苦労した先には、遠いからこそ静かで懐が深く、おおらかな場所が待っている。



(「片道 9 時間半かかる職場」より)

各所と協議を繰り返した結果、残念ながら 2021 年は光小屋を全面休業することに決定した。
小屋開けを楽しみに登山を計画されていた皆さま、申し訳ありません。

(「結局、初年度ははじめられませんでした！」より)

百名山を登った方には、それぞれ 100 個の思い出があるはずだけど、最後の一座が光岳なんて嬉しい。その瞬間を一緒にお祝いしたいな。私たちにないができるだろう。そんな想いからスタートしたのが、くす玉を使ったお祝いだ。くす玉でお祝いなんて上等に聞こえるが、実際はザルで手作りしたくす玉を使っている。そんなに大きな声では言えない出来でお恥ずかしい。



でも、山も良かったけど、光小屋も良かったよね、と帰り道で思ってもらえたら最高だな。

(「4 年目の意気込み」より)

●目次

2021 年(0 年目)

私、山小屋はじめます

なぜ山で働くことになったのか

初めて働いた山小屋・鳳凰小屋

「光岳」って読めますか？

片道 9 時間半かかる職場

コロナ下での始動

なにはともあれ

結局、初年度ははじめられませんでした！

前任者の原田さん

2 年間留守だった小屋にお邪魔します

周辺を妄想散歩してみよう

シーズン最後は壁を塗ろう

私が目指す最強の 2 人

2022 年(1 年目)

今年こそ、山小屋はじめます！
オープン直前のドタバタ準備
ベッドか、敷布団か
登山道整備も大事なお仕事
ヘリ荷上げは 15 分の勝負
問題山積みのランチ営業
休みの日ってどう過ごしてる？
山のおトイレ事情
オリジナルてぬぐいを作りたい
光岳の良い季節秋がくれば思い出す
鳳凰小屋の細田さん
山小屋の色は働く人で決まる
オフシーズンの過ごし方
駆け抜けた 111 日間を振り返る

2023 年(2 年目)

2 年目の夏がはじまります
看板メニューができるまで
小屋開け前の大ピンチ
さて、どうしたものか
眠りを愛する私の睡眠環境
初めてのヘリ出勤
じつはこんな時間に起きてます
スタッフの超多忙なタイムスケジュール
山のお風呂事情
最後にとっておいてくれてありがとう
歳の大きいお客さん
営業 2 年目も無事終了しました

2024 年(3 年目)

1 年目と 2 年目を振り返る
3 年目の新たな試み
小屋開けはお祭り騒ぎ
新名物はテカリの豚汁定食
シーズン 2 のスタッフ紹介
バイト募集って難しい
夏がくれば思い出す
山のゴミ処理問題
闇テン事件
まかないご飯への愛
4 年目の意気込み

●著者プロフィール

小宮山 花(こみやま・はな)

全国各地の山小屋で働いてきた経験を生かし、2021 年の春から南アルプス・光岳小屋の管理人に就任。従来の山小屋の常識に捉われない独自の営業スタイルを模索すべく、山小屋のエコ化など、先駆的な取り組みを

続けている。愛称は「はなちゃん」。光岳小屋の最新情報は SNS で発信中。@tekatekatekari

●書誌情報

書名:私、山小屋はじめます

著者:小宮山 花

発売日:2025 年 5 月 19 日

仕様:四六判/232 ページ

定価:1980 円(本体 1800 円+税 10%)

<https://www.yamakei.co.jp/products/2825330850.html>

【山と溪谷社】 <https://www.yamakei.co.jp/>

1930 年創業。月刊誌『山と溪谷』を中心とした山岳・自然科学・アウトドア・ライフスタイル・健康関連の出版事業のほか、ネットメディア・サービスを展開しています。

さらに、登山やアウトドアをテーマに、企業や自治体と共に地域の活性化をめざすソリューション事業にも取り組んでいます。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：松本大輔、証券コード：東証スタンダード市場 9479）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。

さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

【本件に関するお問合せ先】

株式会社山と溪谷社 担当：五十嵐

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 1-105 神保町三井ビルディング

TEL03-6744-1900 E-mail: info@yamakei.co.jp

<https://www.yamakei.co.jp/>